

¿Están Usted y su Bebé en Peligro?

Puede que sí, si están expuestos a la violencia doméstica. Las siguientes preguntas le ayudarán a darse cuenta si usted es víctima de malos tratos:

¿La ofende su esposo o compañero con sus palabras?

- ¿La insulta y la hace sentir inferior?
- ¿La humilla ante otras personas?

¿Le hace daño físico?

- ¿La empuja, le da bofetadas, puñetazos, golpes, patadas, la estrangula o le da palizas?
- ¿La obliga a prácticas sexuales que a usted no le gustan o le causan dolor durante las relaciones sexuales?

¿Está él a cargo de todo?

- ¿Le prohíbe que hable o visite a alguna persona?
- ¿Controla él todo el dinero de la familia?

¿Le tiene usted miedo?

- ¿Se enoja, es muy celoso o rompe cosas?
- ¿Amenaza con hacerles daño a usted, a sus hijos, a los animales o incluso a sí mismo?

Las víctimas de la violencia doméstica no siempre sufren agresiones físicas. Si usted contestó que “sí” a alguna de las preguntas de arriba, quizás sea víctima de violencia doméstica. Usted y sus hijos podrían estar en peligro.

**Usted no está sola.
Usted no tiene la culpa.
Usted no merece que la traten mal.**



¿Sabía usted que la violencia doméstica a veces empieza e incluso empeora durante el embarazo?

Además, usted no es la única que sufre las consecuencias:

- ◆ Las mujeres que sufren malos tratos durante el embarazo tienen más probabilidades de sufrir malparto, infecciones, hemorragias, anemia y otros trastornos de salud que también suelen afectar a sus bebés.
- ◆ Tienen el doble de probabilidades de dar a luz bebés con menos peso del normal.
- ◆ La mayoría de los hombres que golpean a sus esposas o compañeras también golpean a sus hijos. Algunos incluso abusan sexualmente de sus hijos.
- ◆ Los hijos que ven que su padre la golpea a su madre suelen sufrir trastornos de salud, no duermen bien, sienten rabia, tienen sentimientos de culpa, sienten temor y ansiedad.
- ◆ En los EE.UU. cada año mueren más de 1.000 niños a causa de heridas o lesiones ocasionadas por sus padres, tutores u otras personas.

Usted y su bebé no merecen que los traten mal.

Usted tiene derecho a vivir segura.

Usted puede conseguir ayuda.

¿Qué tipo de ayuda necesita usted? La mayoría de las comunidades ofrecen los servicios indicados abajo. Todo lo que usted diga será confidencial.

Líneas directas: hablará por teléfono con un/a consejero/a que le dará información o simplemente la escuchará. Además, si usted quiere, le indicará un lugar cercano a su casa al que usted puede ir o llamar para recibir ayuda. Al final de este folleto encontrará una lista de los números de teléfono de las líneas directas.

Grupos de apoyo: usted podrá hablar con otras mujeres que han pasado por su situación (grupos de apoyo). Eso la ayudará a sentirse menos sola y podrá compartir ideas e información sobre aspectos de seguridad.



Servicios para los niños: muchos programas ofrecen orientación y apoyo para ayudar a los niños a entender lo que está sucediendo. Les da la oportunidad de expresar lo que sienten.

Servicios de asesoramiento y otros servicios de apoyo: hay personas que le pueden ayudar con los trámites correspondientes. Son personas especializadas en casos de violencia doméstica. Entre sus servicios están ayuda para encontrar asesoramiento legal, orientación, atención médica, alojamiento/vivienda, trabajo y servicios sociales.

La policía y los tribunales: la policía puede ayudarle de muchas maneras, por ejemplo, llevándolos a usted y a sus hijos a un lugar seguro en caso de emergencia. Los tribunales penales y de familia pueden ayudarle emitiendo órdenes de protección y decidiendo sobre la custodia, las visitas o el mantenimiento de los hijos.

Refugios: en la mayoría de los condados hay refugios y hogares seguros para usted y sus hijos. En los refugios pueden ayudarle a conseguir muchos de los servicios arriba indicados.

Usted vale mucho como persona.

Ninguna mujer merece que la maltraten. Ninguna mujer “pide” que la maltraten y ninguna mujer debería vivir atemorizada. Usted tiene que velar por su seguridad y la de sus hijos.

Usted no está sola.

Usted puede pedir conseguir ayuda.

LÍNEAS DIRECTAS DEL ESTADO DE NUEVA YORK

Víctimas Adultas de la Violencia Doméstica (24 horas, 7 días de la semana)	Inglés 1-800-942-6906 Español 1-800-942-6908
Comité Nacional para la Prevención del Maltrato Infantil:	1-800-342-7472 Línea informativa sobre prevención y ayuda a los padres
Oficina de Servicios para Niños y Familias	1-800-342-3720 denunciar el maltrato a los niños